

Voyager au MAROC

INFOS PAYS :

GEOGRAPHIE

Situé à l'extrême nord-ouest du continent africain, cet Etat du Maghreb est limité à l'est et au sud-est par l'Algérie, au sud par la Mauritanie, à l'ouest par l'océan Atlantique avec 2934 km de côte, au nord par la Méditerranée, avec 512km de côte.

Le Maroc est avant tout un pays montagneux : les montagnes, de plus de 1000 mètres d'altitude, occupent près d'un quart de la superficie totale marocaine.

Au milieu du pays se trouve la chaîne des montagnes de l'Atlas (dont le plus haut sommet, le Toubkal, culmine à 4 167 m) qui s'étend jusqu'aux plaines fertiles et plages de sable de la côte atlantique.

Au nord, le Moyen Atlas s'élève à plus de 3000 m ; on y trouve des forêts de pins, de chênes et de cèdres, ainsi que de vastes pâturages et des petits lacs. Les montagnes du Rif longent la côte nord. Au sud, les massifs du Sarho et de l'Anti-Atlas culminent entre 2 500 m et 3 300 m.

Au sud, le Sahara s'étend de la côte atlantique (de Tan Tan) à la frontière algérienne à l'est (Hamada du Guir) et au sud à la Mauritanie.

La superficie du Maroc est de 710 850 km², plus grande que celle de la France (550 000 km²).

Sa capitale est RABAT. Le Maroc est gouverné par le roi Mohammed VI, fils du défunt Hassan II.

Principales villes : Tanger, Rabat, Casablanca, Marrakech, Fès, Agadir, Ad Dakhla, Laayoune.

La population compte environ 34 millions d'habitants, d'origine arabe et berbère.

LES MASSIFS

Atlas central

Située entre le col du Tichka et le lac d'Isli, cette région est dominée par de hauts sommets (djebel Ghat – 3 800 m - et djebel M'Goun – 4 071 m). De larges vallées ont favorisé les cultures, avec l'implantation des tribus berbères et leurs traditionnelles architectures de terre.

Haut Atlas de Marrakech

Partie la plus resserrée du massif avec des vallées très encaissées, cette région est très proche de Marrakech. Nous ne sommes jamais très loin de l'Afrique du Nord et du sommet de la chaîne du Toubkal (4 167 m) qui domine la plaine de Marrakech.

Côte atlantique

De Tanger à Dakhla ...

A partir d'Essaouira entre forêts d'arganiers et micro villages de pêcheurs, alternance de falaises et de grandes plages.

Anti-Atlas

Parallèle aux rivages atlantiques du sud d'Agadir, l'Anti-Atlas élève à près de 2 000 m des paysages parmi les plus surprenants du Maroc.

Vers Tafraout, on découvre des reliefs de roches anciennes granitiques couvertes d'une végétation originale : cactus, amandiers, palmiers.

Siroua

Au sud du Toubkal, à une centaine de kilomètres de Marrakech, le djebel Siroua (3 305 m), ancien massif volcanique, lie le Haut-Atlas à la chaîne présaharienne de l'Anti-Atlas.

Ses paysages chaotiques constituent des pâturages très riches entre les sommets de roches noires et torturées et de grandes étendues herbeuses fleuries au printemps.

Sarho

A peu de distance au sud du Haut-Atlas central, dominant les riches oasis des vallées du Drâa et du Dadès, se dresse le djebel Sarho (point culminant 2 712 m). Suivant une ligne parallèle à celle de l'Atlas, ce massif est le dernier avant les grandes étendues sahariennes.

Paysages lunaires de plateaux, de pics, de canyons et de forêts de pitons.

Sahara

Cette région possède les caractéristiques classiques du désert : regs, plateaux, massifs dunaires et chapelet d'oasis. Elle s'étend de l'erg Chebbi, à l'est, au sud du Drâa et jusqu'à la côte atlantique.

LES SAISONS

Le Maroc est un pays que l'on peut découvrir toute l'année, de la chaîne du Haut-Atlas au Sahara. Chaque saison permet l'approche d'un massif différent.

En hiver, il faut privilégier les randonnées sahariennes au sud de Ouarzazate et d'Agadir, ainsi que la région de Tafraout. Sans oublier les montagnes du Sarho.

Printemps et automne permettent la découverte du Siroua, des piémonts sud et nord du Haut-Atlas, ainsi que les rivages atlantiques au sud d'Essaouira.

L'été est la saison idéale pour découvrir le Haut Atlas entre 1 700 m et 4 000 m d'altitude.

LES CLIMATS

Climat saharien :

L'influence maritime de l'océan Atlantique apporte un taux d'humidité important dans cette région désertique. Il peut donc parfois pleuvoir, et les mois de décembre et janvier sont particulièrement froids et humides. Fortes chaleurs en avril.

Climat montagnard :

Haut-Atlas - Sagho – Siroua – Anti-Atlas.

L'altitude moyenne (1 500/2 300 m) de l'ensemble des itinéraires vous gardera toujours à l'abri des très fortes chaleurs, aussi bien dans le Haut que dans l'Anti-Atlas.

Nos voyages se déroulant dans un milieu de moyenne montagne, voire de haute montagne, ne perdez pas de vue que les conditions climatiques du moment (aussi bien en hiver qu'en été) peuvent être bouleversées : pluie, neige, vents violents...

Climat tempéré :

Côte atlantique

Il se caractérise par une température moyenne toujours rafraîchie par un vent important l'après-midi. Cette particularité permet d'atténuer l'effet des grosses chaleurs en été, dans la région d'Essaouira.

LES TEMPERATURES

Le Maroc jouit d'un très bon ensoleillement toute l'année. Les températures hivernales sont agréables dans le sud (12°C de moyenne à Marrakech en décembre) et le ciel est généralement d'un bleu limpide. L'été, moyenne de 30 à 38°C à Marrakech, 23 à 27°C à Agadir en juillet/août et beaucoup plus dans l'intérieur des terres (plus de 40°C). Ces températures estivales sont atténuées par l'altitude dans l'Atlas.

En mars et avril, les températures les plus basses peuvent être de l'ordre de 0 à 5°. Températures maximales en mai : + 30°.

→ LES PRINCIPALES FÊTES NATIONALES (les jours fériés)

➤ **11 janvier** : Manifeste de l'indépendance (prononcé en 1944)

➤ **1^{er} mai** : Fête du travail.

➤ **30 juillet** : Fête du trône. Principale fête civile au Maroc.

➤ **20 août** : L'anniversaire de la révolution du roi et du peuple.

Date de la déportation de Mohamed V par les autorités françaises en 1953.

➤ **21 août** : Anniversaire du Roi Mohamed VI

➤ **6 novembre** : Anniversaire de la Marche verte, grande manifestation en 1975 qui marqua le « retour » du Sahara occidental dans le royaume.

➤ **18 novembre** : Fête de l'indépendance commémorant le retour d'exil de Madagascar, de Mohamed V en 1955.

→ LES LANGUES

"Le Maroc est une terre de Berbères, partiellement arabisé il y a 13 siècles".

L'arabe est la langue officielle. Toutefois, il faut distinguer l'arabe officiel (de l'administration) et l'arabe dialectal que parlent tous les Marocains, même si plus d'un tiers d'entre eux a d'abord appris le berbère. Aujourd'hui le berbère est reconnu comme une langue à part entière.

Le berbère (l'Amazighe) est parlée par environ 40% de la population. Elle est divisée en plusieurs dialectes :

- **Le Rifain**, parlé dans le Rif.
- **Le Tamazight**, parlé dans le Moyen-Atlas, une partie du Haut Atlas. Il possède son propre alphabet (le Tifinagh) également utilisé par les Touaregs.
- **Le Tachelhit**, parlé par les Chleuhs du Haut Atlas, du Souss et du littoral du sud du Maroc

VOTRE LEXIQUE ARABE ET BERBERE

Juste quelques formules de politesse, ou des mots d'introduction pour vos premiers échanges. Pour le berbère, il existe plusieurs traductions possibles pour chaque mot, mais nous avons préféré garder la traduction la plus usitée. Que nos amis berbères qui liront ces lignes veuillent bien nous excuser, et ne voir ici que le désir d'ouvrir la porte du monde berbère à nos amis randonneurs.

Formules de politesse en arabe

Bonjour (en arabe et berbère) (dit en premier).....	Salam Alaikoum
Bonjour (en arabe et berbère) (réponse à un "bonjour").....	Alaikoum Salam
Au revoir (en arabe et berbère).....	Beslama
Bonne nuit.....	Tasbâh âlahrer
Merci.....	Shoukrân
Je m'appelle.....	Ana ismi
Comment tu t'appelles ?.....	Asmitek...?
Bienvenue (à une personne).....	Marhaba bik
Bienvenue (à un groupe).....	Marhaba bikoum
J'habite à Marseille.....	Kainskoune F'Marseille

Formules de politesse en berbère

Bonne nuit.....	Timansiwine
Merci.....	Sâ ha
Je m'appelle.....	Ismi nou
Comment tu t'appelles ?.....	Ma ismnik.. ?
Bienvenue (à une personne).....	Marhaba zark
Bienvenue (à un groupe).....	Marhaba zaroûn
J'habite à Marseille.....	Z'Daarre G' Marseille

Bismillâh..... "Au nom de Dieu"

"Prière" dite avant de commencer une action : marcher, manger, etc... Evitez tout de même d'employer cette formule pour toutes les actions mineures. L'effet obtenu serait alors le contraire de celui désiré.

Al hamdu lillâh..... "La louange à Dieu", "Grâce à Dieu"

D'une manière générale, on pourrait traduire comme "un remerciement à Dieu". A titre d'exemple : A la fin d'un bon repas, ou même d'un simple repas (déjà le fait d'avoir à manger). A la fin d'une attente, que ce soit des nouvelles d'un proche, d'un examen, etc...

Votre guide berbérophone, se fera un plaisir de vous apprendre d'autres mots et améliorer votre prononciation.

→AUTRES INFORMATIONS

LA CUISINE MAROCAINE

Le Maroc possède une cuisine qui a 2 000 ans d'histoire. Il a hérité des Persans le mariage des viandes et des fruits et des Turcs un penchant pour le sucre et les sucreries.

La cuisine marocaine symbolise savoureusement le pays lui-même, en mêlant l'ordinaire des nomades berbères (mouton, semoule et laitages) aux traditions culinaires de la Syrie, du sud de l'Espagne, de l'Afrique sub-saharienne et de la France. Le tout relevé d'épices très variées.

Le thé à la menthe est la boisson nationale. Grâce à la variété de fruits que l'on trouve au Maroc, on peut déguster de délicieuses boissons au goût étonnant : lait d'amande parfumé à la fleur d'oranger, lait à la cannelle...

DECALAGE HORAIRE

🕒 **Hiver** : - 1 heure.

🕒 **Été** : - 2 heures.

MONNAIE - CHANGE

Monnaie : le dirham marocain (DH), monnaie non convertible ; les sorties de devises sont interdites.

Change :

1 euro = 10,50 DH à la date du 05 MARS 2010.

Vous pouvez retirer des espèces avec votre Carte Bleue à Marrakech.

Les cartes bancaires sont acceptées dans tous les hôtels et également pour les achats dans une grande partie des boutiques.

Prévoir de vous munir pour votre voyage d'euros en espèces.

TELECOMMUNICATIONS

De France vers le Maroc, composer le 00212 + indicatif de la ville sans le 0 + numéro du correspondant

(ex : Marrakech 00212 + 5 + ...)

Du Maroc vers la France, composer le 00 33 suivi du numéro du correspondant sans le 0 initial (ex : Paris : 0033 + 1...)

COURANT ELECTRIQUE

220 volts.

→FORMALITES

PASSEPORT

Attention !!! Une négligence de votre part peut parfois compromettre votre voyage.

→**Passeport** (indispensable sur les vols réguliers) en cours de validité pour une durée de 6 mois après la fin du séjour pour les ressortissants français.

VISA

Pas de **visa** pour les voyageurs de nationalité française. Pour les autres nationalités, le visa peut être indispensable : consulter le consulat marocain le plus proche de votre domicile.

A titre d'information :

Consulat du MAROC à Paris

12, rue de la Saïda

75015 PARIS

☎ 01.56.56.72.00

→SANTÉ

VACCINATIONS OBLIGATOIRES

Il n'est pas exigé de vaccination à l'entrée dans le pays.

UTILES : Dans tous les cas, l'Institut Pasteur recommande fortement la vaccination tétanos/ polio, celle contre la typhoïde (Typhim VI), et celles contre les hépatites A et B (si vous partez dans le désert ou l'Atlas).

VISITE MEDICALE

Etre en bonne santé est essentiel pour profiter pleinement de votre voyage ! Si votre dernière visite médicale date quelque peu, c'est l'occasion d'effectuer un bilan de santé en expliquant à votre médecin les principales caractéristiques de votre prochain voyage (climat, altitude, difficulté ...); une visite chez votre dentiste est aussi une excellente initiative.

→BAGAGES ET COUCHAGES

BAGAGES

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs : 1 sac à dos et 1 sac de voyage avec cadenas.

1- Le sac à dos

C'est le sac que vous utilisez en cabine dans l'avion et que vous portez chaque jour pendant la randonnée. Ce sac ne doit pas être volumineux (30/35 litres); il doit contenir ce qui est lourd et fragile et ce qui peut être utile entre le moment où vous enregistrez votre bagage à l'aéroport de départ et le moment où vous le récupérez à l'aéroport de destination.

Exemple : appareil photo et films, veste, livres, revues, médicaments personnels, éventuellement trousse de toilette, ... Attention !!! Ne pas oublier de mettre en soute pince à épiler, petits ciseaux,...

Pendant la randonnée, ce sac que vous portez contiendra vos affaires de la journée (10 kg maxi). Sur place, le guide vous indiquera ce que vous devez prendre avec vous pour chaque étape.

2- Le sac de voyage

C'est le sac qui voyage dans la soute de l'avion. Pendant la marche, il contient les affaires que vous n'utilisez pas pendant la journée. Transporté par les équipes de portage ou les véhicules, vous le retrouverez le soir.

Le poids de ce sac ne doit pas dépasser 20 kg sur les vols réguliers. Nous vous demandons de respecter ce poids limité.

COUCHAGES - BIVOUAC

COUCHAGE – BIVOUAC

(Vous référer à la fiche infos circuit de votre voyage).

EQUIPEMENT PERSONNEL

(Vous référer à la fiche infos circuit de votre voyage).

PHARMACIE PERSONNELLE

(Vous référer à la fiche infos circuit de votre voyage).

MATERIEL FOURNI PAR L'AGENCE

(Vous référer à la fiche infos circuit de votre voyage).

→VOTRE RANDONNEE AU MAROC

HEBERGEMENT

Tentes

➤ **Tentes spacieuses** : avec matelas mousse, montées et démontées par chaque participant. Chaque tente est attribuée nominativement (à 2 personnes) en début de voyage et vous en avez la responsabilité durant toute la randonnée. Votre guide vous aidera et vous conseillera en début de randonnée. Si vous rencontrez un problème signalez-le-lui immédiatement. Par mesure d'hygiène, un drap de matelas vous sera fourni en début de voyage pour toute la durée de celui-ci. Votre accompagnateur le récupérera en fin de voyage.

➤ **Tente single** : avec un supplément, à réserver dès l'inscription.

➤ **Deux tentes mess** : une petite pour la cuisine et une grande avec tapis pour les repas.

Gîtes

Nous les avons sélectionnés pour leur confort (relatif) et la qualité de l'accueil. Le plus souvent, ils sont équipés de douches.

REPAS

Durant les randonnées, les repas sont préparés par un cuisinier mais un petit coup de main au moment du service est toujours le bienvenu. A base de produits frais, ils sont essentiellement composés de salades cuites à midi et de plats cuisinés locaux le soir (couscous, tagine, etc...).

Pour plus de confort, les repas sont servis tous les soirs sous la tente mess.

TOILETTE

Elle se fait à proximité de torrents ou de points d'eau. Des récipients (petit seau ou cuvette) seront fournis aux groupes afin d'éviter de polluer l'eau, qui sert dans les villages en aval de votre bivouac. Eloignez-vous du lieu de votre bivouac pour faire votre toilette.

Au Sahara vous pourrez prendre un minimum d'eau (1 litre/personne/jour) dans les jerricans pour une "micro" toilette. A proximité d'un puits, l'eau fournie sera plus abondante. Prévoir des serviettes humides pour faire face à ce manque d'eau.

TRANSFERTS

Assurés par minibus confortables ou en 4x4, selon le type de transfert.

ARGENT DE POCHE

A prévoir pour les boissons, les dépenses personnelles entre 30 € et 50 € environ.

N'oubliez pas d'y ajouter une petite somme pour les pourboires.

POURBOIRE(S) ET CADEAUX

Pourboires : cette pratique est enracinée dans les traditions, et se fait dans le cadre d'un échange en remerciement d'un travail donné. A la fin d'un voyage, il est d'usage de montrer votre satisfaction en donnant des pourboires aux muletiers chameliers ou chauffeurs, au cuisinier et au guide qui vous ont accompagnés durant votre voyage. Nous vous recommandons en moyenne 200 DH par participant pour votre voyage. Ceci est bien sûr à évaluer en fonction de la satisfaction apportée. **En aucun cas ces indications ne sont obligatoires, ce n'est pas un dû et n'est jamais un salaire.**

"Cadeaux" : ils existent, mais il est souhaitable de ne pas les encourager, sauf dans le cas d'un échange de "petits services".

Il est donc vivement déconseillé d'offrir, bonbons, stylos, ou autres pacotilles aux enfants des villages comme des villes.

Ces "petits riens" perturbent durablement les relations. Par contre, ces cadeaux peuvent être remis globalement à un instituteur qui lui-même se chargera de les répartir.

Merci de faire de même avec les médicaments, et de les remettre à un infirmier ou à un dispensaire, s'il y en a, sinon il est préférable de vous abstenir.

SECURITE

Nous vous recommandons de veiller sur vos biens et de ne pas exposer vos objets de valeur de manière ostentatoire (bijoux, argent, sacs, portefeuilles), afin de ne pas tenter les pickpockets.

En cas de vol, contactez immédiatement la police pour établir une déclaration et, bien sûr, prévenez notre réceptif sur place.

URGENCE

Laissez les coordonnées de votre agence de voyages à vos proches. Si un message important doit vous être transmis pendant votre voyage, le mieux est de prendre contact avec notre agence qui essaiera de vous joindre dans les meilleurs délais.

PHOTOS – VIDEO

Interdiction de filmer ou de photographier dans et autour des aéroports, des bases militaires. Demandez l'autorisation avant de photographier ou de filmer.

➔BIBLIOGRAPHIE GENERALE

📖 Guides :

- ❖ « Le grand guide du Maroc » - Ed. Gallimard 2002.
- ❖ « Marrakech » - revue Autrement.
- ❖ « A Marrakech et dans le Sud marocain » - guide Visa 1994.
- ❖ « North African handbook » - 1994.
- ❖ « Le Maroc » - B.Domenach.
- ❖ « Le Maroc aujourd'hui » (Jeune Afrique)
- ❖ « Guide bleu du Maroc » (Hachette)
- ❖

📖 Ouvrages de référence :

- ❖ « Sous les toits de terre » - K.Huet et T.Lamazou.
- ❖ « Un hiver berbère » - T.Lamazou, ed. Belvisi.
- ❖ « Le Maroc millénaire » - H.Hugot.
- ❖ « La voix de Marrakech » - E.Canetti.
- ❖ « Léon l'Africain » (Poche) – Lattès, 1986.

➤BIBLIOGRAPHIE ATLAS

📖 Guides :

- ❖ « Le guide Visa » ed. Hachette
- ❖ « Atlas mountains » - R. Collomb
- ❖ « Le Petit Futé »

📖 Ouvrages de référence :

- ❖ « Le Haut-Atlas » - A.Fougerolles.
- ❖ « Hommes et vallées du Haut-Atlas » - O.Bernezat.
- ❖ « Musiques et fêtes du Haut-Atlas » - B.Lortat-Jacob.
- ❖ « Le Sud marocain » - S. Pickens.

➤BIBLIOGRAPHIE DESERT

📖 Guides :

- ❖ « Guide bleu du Sahara »

📖 Ouvrages de référence :

- ❖ « L'exploration du Sahara » - J. Marc Durou, ed. Actes Sud

Nous espérons que ce document a répondu à toutes vos attentes et suscitera chez vous curiosité et envie de partir à la découverte de ce beau pays.

Pour nous offrir l'opportunité d'être plus attentif dans la qualité de nos voyages, votre guide vous remettra un questionnaire « qualité » d'appréciation à la fin de votre circuit. Toutes vos remarques sont les bienvenues.

Merci de le remplir et le rendre à votre guide avant de quitter le Maroc.